

ABSTRAK

GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK SARAPAN PADA SISWA KELAS VIII SMPN 1 SUKOMORO KABUPATEN NGANJUK

Nadia May Puspita

Program Studi Diploma 3 Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email : puspitanadia1617@gmail.com

ABSTRAK

Remaja merupakan komponen utama dalam pembangunan kesehatan berkelanjutan dalam upaya membangun manusia yang memiliki kualitas dan daya saing. Kebiasaan makan yang baik akan menunjang tumbuh kembang remaja, baik secara fisik, kognitif, hingga kematangan sosial. Kebiasaan makan yang baik perlu dibentuk agar asupan gizi remaja terpenuhi. Pemberian asupan gizi pada anak usia sekolah dimulai dari mengonsumsi sarapan pagi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan praktik sarapan pada siswa kelas VIII SMPN 1 Sukomoro Kabupaten Nganjuk. Penelitian bersifat deskriptif dengan jumlah sampel sebanyak 72 orang, data didapat melalui pembagian kuesioner dan wawancara kepada siswa kelas VIII SMPN 1 Sukomoro Kabupaten Nganjuk. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (65,3%), sikap baik (62,5%), praktik sarapan tidak baik (52,8%). Kepada siswa dianjurkan untuk melakukan sarapan setiap hari agar kebutuhan nutrisi sarapan terpenuhi sehingga dapat meningkatkan konsentrasi belajar. Kepada pihak sekolah untuk memperhatikan praktik sarapan pagi yang baik bagi siswa dengan memberikan penyuluhan atau informasi tentang sarapan dalam upaya perbaikan mutu kesehatan. Kepada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian lebih lanjut tentang sarapan pagi untuk remaja dengan variabel yang berbeda.

Kata kunci: Pengetahuan, sikap, praktik, sarapan

ABSTRACT

DESCRIPTION OF KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND BREAKFAST PRACTICE IN CLASS VIII STUDENTS AT SMPN 1 SUKOMORO NGANJUK

Nadia May Puspita

Program Studi Diploma 3 Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email : puspitanadia1617@gmail.com

ABSTRACT

Teenagers are a major component in sustainable health development in an effort to build people who have quality and competitiveness. Good eating habits will support adolescent growth and development, both physically, cognitively, to social maturity. Good eating habits need to be formed so that adolescent nutritional intake is fulfilled. Giving nutritional intake in school - age children starts from consuming breakfast. This study aims to determine the description of knowledge, attitudes, and breakfast practices in class VIII students of SMPN 1 Sukomoro Nganjuk Regency. This research is descriptive with a research sample of 72 people, data obtained through the distribution of questionnaires and interviews with students of class VIII SMPN 1 Sukomoro Nganjuk Regency. The results showed that most respondents had good knowledge (65.3%), good attitude (62.5%), breakfast practices were not good (52.8%). Students are encouraged to have breakfast every day so that the nutritional needs of breakfast are met so as to increase the concentration of learning. To the school to pay attention to good breakfast practices for students by providing counseling or information about breakfast in efforts to improve health quality. Further researchers to conduct further research on breakfast for adolescents with different variables.

Key words: knowledge, attitudes, practices, breakfast